

MEDEM

Consultorio médico en tu empresa

Junio 2024 | ¿Qué tema te gustaría conocer?

Alcoholismo

Leer más >>

Tabaquismo

Leer más >>

Alcoholismo



Es una enfermedad que genera **dependencia al consumo excesivo y constante de bebidas alcohólicas** y la adicción fisiológica y psicológica que genera este hábito, **repercutiendo gravemente en la salud.**

Causas más comunes del consumo de alcohol

Mera curiosidad **29.4 %**

Invitación de amigos **13.5 %**

Experimentación **12.4 %**

Problemas familiares **10 %**

Más de 20 millones de personas enfrentan la adicción al alcohol, comúnmente, quienes comenzaron a beber a los 13 o 14 años.

De acuerdo a la ENSANUT, durante el confinamiento por COVID-19 **alrededor de 620 mil adolescentes consumieron bebidas alcohólicas.**

De acuerdo a reportes de la OMS, **México tiene el 10° lugar** en cuanto a **consumo de alcohol.**



¿Cuáles son los síntomas de la **abstinencia**?

- Temblores
- Náuseas y vómitos
- Sudoraciones
- Ansiedad e irritabilidad
- Dolores de cabeza
- Alucinaciones



¿Qué se considera **un trago**?

12 onzas

Cerveza, **5%**

8 onzas

Licor de malta, **7%**

5 onzas

Vino, **12%**

1.5 onzas

Licor destilado, **40%**

% = Alcohol por volumen

Abusar de su consumo puede causar **trastornos físicos, mentales y familiares irreversibles:**

Hígado: Puede causar desde una inflamación hasta una cirrosis hepática

Páncreas, vesícula y riñón: Puede causar deficiencias y pancreatitis aguda y crónica

Hipertensión: Puede causar la muerte por el aumento de la presión arterial

Complicaciones: Puede orillar a la soledad, depresión e inclusive el suicidio.

Neuronas: La intoxicación prolongada mata una gran cantidad de neuronas

Digestión: Desde acidez y vomitos hasta cáncer de boca, estómago y colon

Vida sexual: Disfunción eréctil en hombres y pérdida de menstruación en mujeres

Sistema nervioso: Causa temblores, falta de coordinación y problemas de memoria.

Para más información **acércate con tu médico In-plant.**

Bibliografía: Instituto Mexicano del Seguro Social: Alcoholismo

Tabaquismo

El tabaco es el único producto legal que **mata a la mitad de sus consumidores**. Anualmente **fallecen más de 8 millones de personas en el mundo** a causa del tabaquismo. Sólo en México, más de 170 fumadores **pierden la vida diariamente**.

A partir de 1987 se estableció el **Día Mundial sin Tabaco**, teniendo como meta la reflexión en torno a este dañino padecimiento, el cual era inclusive considerado “la pandemia del siglo XXI” por numerosos epidemiólogos.

Es alarmante que, en México, la edad promedio de inicio es de sólo **14 años**. La nicotina siendo **más adictiva que la cocaína o la heroína**, puede llegar a afectar el cerebro, el cual se termina de desarrollar hasta los 21 o 24 años.

+4000 sustancias químicas

250 nocivas para nuestra salud

50 sustancias cancerígenas

Metano

Butano

Pintura

Arsénico

Ácido acético

Hexamina

Alquitrán

Ácido esteárico

Metanol

Tolueno

Monóxido de carb.

Cadmio

Nicotina

Amoníaco

Potenciales complicaciones

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, Bronquitis Crónica, Enfisema Pulmonar, Hipertensión Arterial, y Cáncer Pulmonar

Para más información **acércate con tu médico In-plant.**

Bibliografía: Organización Mundial de la Salud: Tabaquismo